

vom 14.10.2019 bis 20.10.2019

Kw 42/R3

Tag	Das Mediterrane	Das Leichte	Das Vegetarische
Montag 14.10.	Mediterrane Gemüselasagne (3,A,C,G,I) Tomatensoße (3,8,I) Blattsalat	Selleriecremesuppe (3,G,I) Rinderhackbraten (A,C,F,K,R) Bratensoße (A,I) hausgemachtes Kartoffelpüree (G) Wachsbohngemüse (3,G)	Milchreis (G) Zimtucker Pfirsichkompott (8)
Dienstag 15.10.	Seelachsfilet mit Gemüse-Weizenkruste (A,D,I) leichte Meerrettichsoße (3,A,G,I,L) Petersilienkartoffel Ofenkarotten	Geröstete Grießsuppe (3,A,I) Schinkennudeln (2,3,A,C,G,P) Tomatensoße (3,8,I) Salatgarnitur	2 Gemüsespieße Kokos-Currysoße, vegan (8,A,I) Mienudeln (A,C)
Mittwoch 16.10.	Bulgurpfanne mit Hähnchen und Gemüse (3,A,F,G,P) Joghurt-Korianderdip (G)	Kartoffelcremesuppe (3,I) 3 fränkische Bratwürste (3,S) Senf (J,L) Petersilienkartoffel Sauerkraut (3,8)	Polenta-Mangoldschnitte (A,G) Zitronensoße (3,A,G,I) Salatgarnitur
Donnerstag 17.10.	Vollkornspaghetti Gemüsebolognese (3,8,A,I) Rucola	Eierflockensuppe (3,C,I) Rinderragout (1,3,5,A,I,L) Semmelknödel (A,C,G) Brokkoliröschen	Apfelstrudel (A,G,H) Vanillesoße (8,G)
Freitag 18.10.	Gebrautes Schollenfilet mit Pesto (D) Kartoffel-Gemüsepfanne (G,L)	Blumenkohlsuppe (3,G,I) 1 Paar Putenwiener (2,3,10) Senf (J,L) Kartoffelgemüse (1,3,5,8,L)	Spätzlepfanne mit Pilzen (A,C,I) dunkle Kräutersoße (A,I) Salatgarnitur
Samstag 19.10.	Mediterraner Hähnchen- Gemüseintopf (3,A,I,P) Roggenbrötchen (A,G)	Kräutercremesuppe (3,G,I)	Gebundener Gemüseintopf (3,G,I) Roggenbrötchen (A,G)
Sonntag 20.10.	Putenrollbraten (I) mediterrane Bratensoße (I,L) Kloß (2,3,5) Wirsinggemüse (3,G)	Nudelsuppe mit Gemüsestreifen (3,A,C,I)	Tortellini Tricolore mit Käsefüllung (A,C,G) Tomaten-Basilikumsoße (3,8,I) Blattsalat